

HORARIO ACTIVIDADES DIRIGIDAS TOP HEALTH LA VICTORIA JUNIO



	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
9:30 - 10:30	YOGA	TRX	YOGA		YOGA	
10:00 - 11:00	HIDROGYM	NAT. TERAPÉUTICA	HIDROGYM	AQUADANCE	HIDROGYM	
10:30-11:30						
11:00-11:45		SPINNING		SPINNING		
11:15-11:45		ESPALDA SANA		ESPALDA SANA		
11:15-12:00	HEALTH CIRCUIT		HEALTH CIRCUIT			
11:15-12:15					PILATES	
12:00-12:45			BODY DANCE			SPINNING
12:00-13:00	PILATES	PILATES		PILATES		
12:15-12:45					ABDOMINAL EXPRESS	
14:30-15:15						
18:00-18:45	TRX		TRX			
18:30 - 19:50						
19:00-19:45				SPINNING		
19:00-20:00	YOGA	GAP	BODY PUMP	HIIT	BODY PUMP	
	BODY PUMP					
19:30-19:50	ABDOMINAL EXPRESS		ABDOMINAL EXPRESS			
19:30-20:00		SPINNING-HIIT				
20:00-20:45	SPINNING		SPINNING		SPINNING	
20:00-21:00	HIDROGYM	AQUACROSS	NAT. TERAPÉUTICA	AQUACROSS		
		BODY DANCE		BODY DANCE		
	PILATES	YOGA	PILATES	YOGA		
20:30-21:30						JUNIO
21:00-21:20		ABDOMINAL EXPRESS	STRETCHING			
21:00-21:45	HIIT	SPINNING	TRX	BODY PUMP		
21:00-22:00		KICK BOXING		KICK BOXING		

ACTIVIDADES ESPECIALES	CROSS-TRAINING DÍA 11 - 18:00H	TABATA GAP DÍA 12 - 19:00H	TABATA CIRCUIT 13 - 21:00H	DÍA	YOGA AÉREO DÍA 14 - 20:00 H	YOGA AÉREO DÍA 8 y 22 - 9:30 H	
	RADICAL-CARDIO DÍA 18 - 21:00H	FIT-BOXING DÍA 12 - 21:00	AQUA CIRCUIT 13 - 10:00H	DÍA	AQUA CIRCUIT DÍA 14 - 20:00H	SPINNING - HIIT DÍA 8-22 - 20:00H	
	STREET TIME DÍA 25- 21:00H	SUMMER SPINNING DÍA 19 - 11:00 - 19:00 -21:00H	ESTRENO BODYPUMP DÍA 27 - 19:00H	106	ESTRENO BODYPUMP 106 DÍA 28 - 21:00H	ABDOMINALES DUO DÍA 15 - 12:15H	
DÍA 9 " XVII CARRERA NOCTURNA TROTACALLES" 22:00 H							
DÍA 21 "DÍA INTERNACIONAL DEL YOGA" SESIÓN ESPECIAL SOLSTICIO DE VERANO 20:00 H							

CUERPO Y MENTE	CARDIOVASCULAR	ALTA INTENSIDAD	MEDIO ACUÁTICO	COREOGRAFIADAS	TONIFICACIÓN-FUERZA	TERAPÉUTICAS
----------------	----------------	-----------------	----------------	----------------	---------------------	--------------

EN CIRCUNSTANCIAS CRÍTICAS, PUEDE QUE EL HORARIO DE CLASES SUFRA ALGÚN CAMBIO DE ÚLTIMA HORA. LA DIRECCIÓN HARÁ TODO LO POSIBLE PARA COMUNICAR PREVIAMENTE LOS CAMBIOS EN EL TABLÓN DE ANUNCIOS.

